武漢留学報告

（平成２７年３月２日～２７日）

医学部５年　　幸田千佳

●はじめに

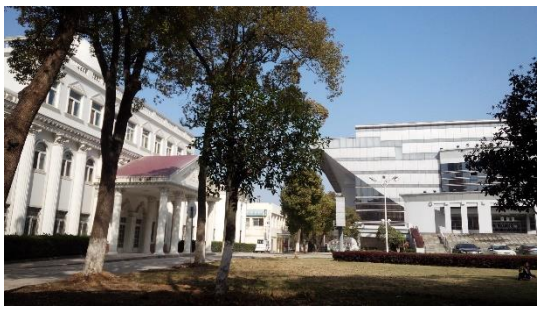
武漢大学は中国湖北省武漢(現地読みで Wuhan)市に位置し、大学の前身から数えると120年以上の歴史を誇る総合大学です。武漢市には長江が流れ、李白の漢詩で有名な黄鶴楼などの歴史的建造物も多く有し、人口は2013年時点で約1055万人と、東京都の人口1335万人(2014年5月時点)と比較してもかなり大きな都市だということがわかります。

今回、福島医大の留学プログラムに応募するにあたって、私は選択可能な４か国の中で、中国のみを希望しました。その理由ですが、私は以前より東洋医学に興味があり、これまで日本の漢方医学について、授業だけでなく複数の病院の漢方外来を見学したり外部のセミナーに参加したりするなどして自主的に学習を進めてきました。そして、日本の漢方は中国伝統医学がルーツとなっていて、その実際の現場、つまり中国国内の病院を見学できるチャンスは一生のうち今回だけかもしれないと気づき応募を決意しました。このことに気が付いたのは実は留学申し込みの期限直前でしたが、私は小さい頃より海外に興味があり、福島医大に入学してこの留学プログラムを知ってから、漢方に関係なくずっと応募したいと思っていました。留学時期が４年生の春休みという、大切な先輩方や同期の卒業の時期と同じで、追いコンや卒業式に行くことができないという躊躇もありましたが、一生に一度の大切な経験になるかもしれないという自分の強い思いが、今回、大学のプログラムで留学させていただくことができた理由だと感じています。

武漢大学の附属病院の一つである、中南病院。

医学部は他学部があるメインキャンパスから離れ、この病院に隣接している。メインキャンパスまでは徒歩で行ける距離。

武漢市内を流れる、長江。左上に見える橋は武漢長江大橋で、市内の主要な道路と鉄道が走っている。ここを歩いて渡ったカップルは将来一緒になれるというジンクスがあり、デートスポット。



医学部キャンパスは緑にあふれ、事務棟、講義室、研究室などの他、中国人学生や外国人留学生の寮、食品や日用雑貨の売店、朝昼晩開いている複数の学食があり、夜まで活気がある。体育館では自由に卓球やバトミントンができる。

●学習関係

１、研究室

私は基礎医学院の薬理学講座に配属されました。この講座ではいくつかの研究グループがあり、私がお世話になった研究室は、甘草という生薬の抗がん作用について、４T_1と呼ばれる乳癌細胞をマウスに注入して研究していました。私は留学直前の福島医大での基礎上級で、同じく薬理学講座で芍薬甘草湯という漢方薬の末梢神経疼痛に対する抑制効果を調べる研究に携わらせていただいていたため、似たような実験を行っているこの研究室にとても親近感を抱きました。実験に使う機械や手技は福島医大の薬理学講座で見たこととほぼ同じでした。武漢大学薬理学講座の楊静（ヤンジン）教授は10年ほど前に福島医大薬理学講座へ３か月いらしたそうで、木村純子教授のことを大変尊敬していらっしゃり、私にもとても親切にしてくださいました。私は研究だけでなく中国伝統医学の臨床の様子を見学したかったため、楊教授に相談したところ、教授自ら運転して外部の病院に案内してくださったり、研究室の学生に案内を頼んだりしてくださいました。研究室にいた学生はほとんどが他大学の薬学部出身の大学院生で、話に聞くと、中国の薬学部生も生薬について勉強し、中国語の名称に加えてラテン語名もすべて覚えているということです。日本の薬学部の生薬学でもそのような学習をするらしく、大変驚きました。

研究室の皆さんと。前列向かって左から２番目が楊静教授。

私の真後ろ、後列真ん中のシャオリャオ（あだ名）は、私のことを一番気にかけてくれた。

向かってシャオリャオの右側の彼女は、中南病院の中薬剤部を案内してくれた（後述）。日本で博士をとるために日本語も勉強中。

後列一番右のダーリャオ（同じくあだ名）は、私を外部の伝統的な中医学病院に連れていってくれた（後述）。SNS で彼女のアイコンは NARUTO。

２、中南病院中薬剤部見学

中草葯房の外観

中南病院の薬局は、現代的な西洋薬を扱う所と、伝統的な中医薬を扱う所の二つがあり、隣接しています。今回は中医薬の「中草葯房」を、研究室の学生に中国語から英語への通訳として付いてもらい、そこの薬剤師の方からお話を伺いました。

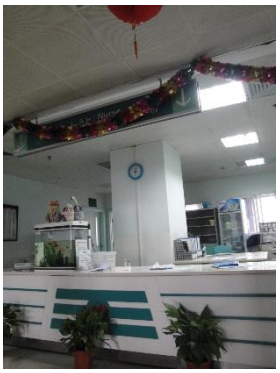
日本の漢方外来の処方は大きく二種類あり、書物に記載されている通りに生薬をお湯で煎じて飲むために生薬そのものを処方する方法と、すでに煎じたエキスを粉末化したエキス剤を処方する方法があります。患者自身で毎回生薬を煎じて飲むのは手間がかかるため、日本でより普及しているのはエキス剤という印象がありますが、エキス剤は製薬会社が作っているため、すべての漢方薬がエキス剤として販売されているわけではなく、エキス剤のみでの治療には限界があります。私はこれまでに何度か福島医大の漢方外来を見学させていただきましたが、医大ではエキス剤しか処方できないため、会津医療センターから来ている先生が、よりよい治療のためには煎じ薬を処方できる会津に来ると良いと患者さんにおっしゃることが多いです。

一方、中南病院では生薬そのものを処方することが多いようです。エキス剤も置いてありましたが、圧倒的に生薬を患者さんに渡す方が多く見られました。処方は一週間分で、一週間分の生薬を一袋で渡すのではなく、左図のように細かい単位に袋詰めされた状態のものを渡していました。私が以前、日本の他病院の漢方薬局を見学した際は、木の引き出しに入った生薬を匙で取り薬剤師がその場で量りとっていましたが、左図のようだと清潔なうえ量る手間が省け、効率的だと感じました。

一袋あたり 15 グラム

通訳してくれた学生も生薬にとても詳しく、目についた生薬についての説明だけでなく、実生活の中の中医薬についても話してくれました。彼女のおばあちゃんは、よく生薬と鶏肉を一緒にしてスープを作ってくれたそうです。少し苦くて彼女はあまり好きではなかったそうですが、健康に良いからと、年配の方はよくそういう料理を作るそうです。他にも、虫除けとして玄関に掛けておく生薬（艾叶）や、彼女のお母様がよくりんごと一緒に煮詰めてくれて食べると消化機能に良い生薬（百合）など、多くの話を聞き、中国の人々がいかに伝統的な薬と共に生活しているかがわかりました。日本ではあまり聞かない名前の生薬も多く、中でも印象的だったのは「板藍根」と呼ばれる生薬で、これを煎じたものは風邪のひき初めに効き、使える期間は日本で有名な麻黄湯や葛根湯よりも長く、少し長引いた風邪にも使えて便利だといいます。研究室で私が読んでいた中薬学実験法の本（中国語）にも記載があり、この生薬について他の中国人の先生や薬学部でない友達に聞いてみたところ、質問したすべての人がこれを知っていて、多くが飲んだことがあると答えていました。さすが本場だと感じました。

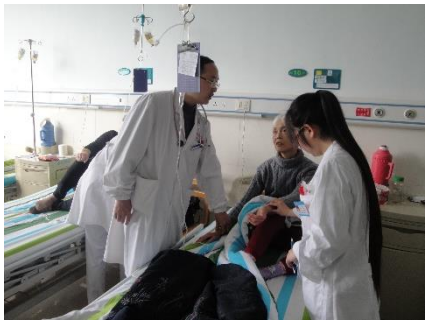
３、中南病院中西医結合科見学



中西医結合科では、外来診療、入院患者の回診、鍼灸の様子を見学させていただきました。病棟は飾りや造花などで明るい雰囲気で壁には中国伝統医学の世界で重要な古典や人物のことが書いてありました。それらは私でも知っている書物や有名人ばかりで、日本の漢方のルーツが中医学であることを改めて実感しました。

外来診療では、福島医大の漢方外来のように、患者さんからの自主的な会話を求める開放型質問を中心としていました。たとえば、顔色がわるく、痰が出て、咳、鼻血、流涙、高血圧という症状を一通り聞いた後、失明するんじゃないか、癌があるんじゃないかという患者の心配を聞き出していました。問診以外の診療としては、日本の漢方と同じように、舌の状態を見る舌診、脈の性状をみる脈診を行っていました。ただ、私も以前から知っていたことですが、漢方には必須の腹診は行っていませんでした。腹診は中医学にはない、日本の漢方独自の診察方法です。また、漢方もそうですが、中国伝統医学でも西洋医学的な診察や概念を取り入れているので、体温計や血圧計などを使って患者の状態を把握していました。

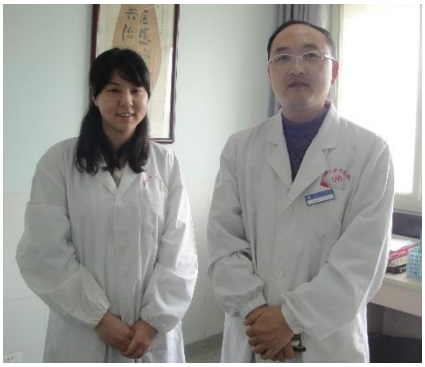
日本の漢方診療科は、会津医療センターのように入院患者を受け入れている病院もありますが、あまり数が多くないのが現状です。しかし中国では入院患者を受け入れるのが普通のようでした。患者さんに関しては、転移性脳腫瘍で半身麻痺の患者さんやパーキンソン病の患者さんなどの慢性疾患の方に対して、この病棟では伝統的な診断・治療方法によってアプローチして状態を少しでも良くしようとしていました。例えば、シェーグレン症候群という涙腺・唾液腺などの外分泌腺の機能が侵されて乾燥症状をきたす自己免疫疾患の患者さんを、中医学的に陰虚内熱という、体内の水分が少なくなることで体内の熱の働きを抑えられなくなって体が乾燥するような状態ととらえて治療していました。私は日本でもまだ漢方診療科の入院病棟を見たことがありませんでしたが、中医学の入院病棟も日本の普通の入院病棟と同じような作りで、ほとんど違いはありませんでした。



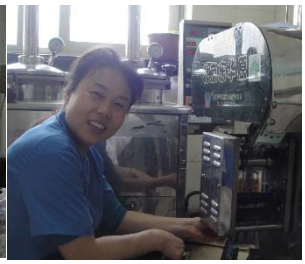
鍼灸治療に関しては、入院患者に対して行っていました。日本の鍼治療と大きな違いは無く、鍼も日本と同じように清潔な包みで保管されていました。違いといえば、鍼の太さが若干日本より太いかなという印象で、鍼管（鍼カバーのようなもの）が無いことは以前より知っていました。初めて知っ

たことは、体表に刺してある鍼に電極を付け、「低頻電刺激」（これは中国語の名前で、漢字から推測すると、少ない頻度で電気刺激を与えるのだろう）を行っていたことです。調べてみると日本にも同じような機械があり、全日本鍼灸学会でもこの使用に関する安全基準が設けられているようですが、私がこれまで日本で経験した鍼治療見学ではこの機械を見たことがありませんでした。この病棟では、鍼を刺し電極を付けた状態で３０分ほど持続刺激するということです。また、鍼灸は中西医結合科だけでなく、リハビリテーション科でも行われているということで、その現場も見学させていただきました。中西医結合科と同じような方法でしたが、衰弱が強く体力が無い患者さんには低頻電刺激を行わず、鍼を刺すだけということでした。

診察を見学させてくださった叶先生にお話を伺ったところ、中国伝統医学と漢方が同じルーツを持つことはよく知っている、中国伝統医学を好む患者さんは年配の方が中心だが、志す学生は少なくなく、伝統医学の病院で医師が不足することはあまり無いとおっしゃっていました。事実、叶先生は傷寒論という漢方でも重要な書物の教えを大切にし、その基本的な診察方法である望聞問切という考え方を実践していらっしゃいました。



叶先生と。



入院患者への湯液を作っている部屋と、とびきり最高の笑顔を見せてくれたおばちゃん。

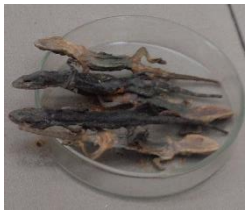
壁には右図のように、陰陽の考え方や中国伝統医学の歴史上の重要人物などのポスターが多数展示されている。

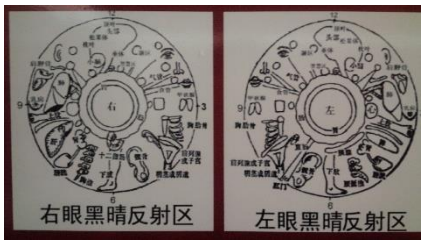
４、他の中国伝統医学病院見学

中南病院の中西医結合科は現代的な西洋医学の病院の中にある中医学病棟ですが、中国には中国伝統医学だけで診療する病院や、他にもチベット医学専門の病院など、様々な種類の伝統医学専門病院があるそうです。今回私は中南病院以外に２つの中医学病院に連れて行っていただきました。

ひとつ目は同じく現代医学との混合病院でしたが、より伝統医学に基づいて診療を行っていました。現代医学のように器官別に診療科が分かれていましたが、例えば腎臓関係が中心の診療科でも舌診や脈診などの伝統的な診療を行っていました。またこの病院には鍼灸外来があり、何種類もの鍼灸が行われていました。中南病院で見学したような鍼治療はもちろん、灸を行っているため病院内には独特のけむりの匂いが漂い、さらにはガラスの球を何個も体表に吸い付けたところに炎を近づけて炙るような民間療法的治療も行っていました。この病院は地域の中核病院のような大きさで、外来は患者さんであふれ、中医薬の薬局は中南病院のそれに比べて薬剤師の数がかなり多かったです。この様子から、中国の人たちの多くが中国伝統医学を好んでいることが窺えました。

ふたつ目は、より小規模で伝統的な中国伝統医学の病院を見学しました。病院というより診療所のようで、その建物は昔ながらの歴史ある中国文化を残すもので、生薬や古代の製薬道具の展示も行っていました。古いものは約2000 年前の漢の時代の薬研（やげん）や鉢もあって古代中国文明の空気を感じつつ、珍しい生薬の展示を見ては驚いていました。また壁には中国伝統医学の診察方法などに関する説明があり、漢方でもなじみがある脈診の脈の性状や舌診の舌の色の図示などの他、特定の病気などにかかりやすい手相一覧、黒目の光の反射の仕方？による診断方法など、漢方の本にも載っていない珍しいことを知りました。





５、小児科見学

中南病院小児科の唐教授に、福島医大の NICU や GCU に当たる治療室を案内していただきました。それらの部屋と隣接して、授乳室・オムツ替え室、また感染性疾患の新生児を診療する部屋がありました。保育器などの設備は日本とあまり変わりないように見えました。その後、小児科病棟の朝のミーティングに参加させていただきました。医師・看護師・学生が一堂に会して、前日の診療・看護状況について教授に報告していました。

６、手術エリア見学

馮先生と。

馮先生のお力添えにより、手術エリアの様子を４人で見学させていただきました。私たちが入らせていただいた手術エリアは内科・泌尿器科のオペを中心に行う所でしたが、同じ中南病院の別の病棟にはまた別の手術エリアがあるそうです。とはいえ、こちらの手術エリアの規模も福島医大と大差無いという印象でした。

手洗い場。

手術エリア内に、食事をとれる部屋がある!!

７，授業

私は薬理学の英語の授業に出席していました。先生の英語について行けるか不安でしたが、意外と聞き取りやすく、さらにパワーポインタの図や文章からの情報もあるので、理解しながら授業を聞くことが出来ました。

●交流

４週間弱という短い滞在期間でしたが、とても多くの方にお世話になりました。特に、以前福島医大にいらしたことのある先生方にお食事に連れて行っていただく機会が多く、とても歓迎してくださいました。武漢大学と福島医大の強い絆を感じ、これまでその絆を築いてきてくださった福島医大の先生方に敬服の念を抱きます。また、これまで武漢に留学されてきた先輩方のご友人たちに私たちもお世話になりました。これらの繋がりをさらに未来へつなぐ役割を担えたことは、とても光栄に思います。お世話になった方々への感謝を込めて、ご紹介したいと思います。

〈先生方〉

向かって左より３番目が、中南病院の院長である王先生。泌尿器科で、ダ・ヴィンチ治療に興味がお有りらしいです。

いちばん右が、昨年福島医大にいらしていた馮（フェン）先生。毎週末、私たちを観光に誘ってくれ、大変気にかけてくださいました。黄鶴楼、戸部巷などに連れて行っていただきました。

前列向かって左が、薬理学教授の楊静先生。

前列中央が、生理学の戸暁紅先生。

前列右が武漢植物園の教授。

美味しいお食事だけでなく、桜の見物と植物園にも連れて行っていただきました。

解剖学講座の先生方。

前列左より２番目が戴（ダイ）教授。日本語もお上手。

前列一番右が唐燕先生で、私が中西医結合科と小児科を見学する手配と、見学中の通訳をしてくださり、大変お世話になりました。

後列左が、２年ほど前に福島医大にいらした王先生。この後、王先生お一人でも食事をご馳走になりました。後列右が、昨年福島にいらした丁先生。

馮先生の講座（オンコロジー）の先生方。帰元寺と武漢動物園に連れて行っていただきました。右より４番目の王先生は、別の日にもジョーさん（下図）と一緒にショッピングなどに連れていてくださいました。ジョーさんは、上手く言い表せないくらい親切にしてくださいました。帰国前日、私たちそれぞれに素敵なプレゼントをくださって、友達のように別れを惜しんでくれました。皆さん、多くの手術でお疲れのところ来てくださって、感謝しきれない思いです。

〈学生たちと他の方々〉

湖北省博物館にて。

向かって右から３番目のZhang さんが身の回りの世話をしてくださいました。

その左が中国人学生のイェンハオミンちゃん。

最も左がザンビア出身のDini

ダーリャオと、伝統的な病院で。

研究室の学生（シャオリャオ）のご実家にお邪魔させていただきました。親戚の方々が大集合。皆さんとても親切。家に立派な麻雀マシーンがある。

留学生や中国人学生と交流しました。

中国の家庭料理と日本のお好み焼きを作り合いしました。

観光先でもらったわんこ。　インドの伝統衣装、サリー!!

唐先生と。自撮りで失礼致します。

●カルチャーショックと、その所感

どこにでも洗濯物が干してある。

中国と日本は歴史的につながりの強い国同士ですが、食文化・生活習慣・人格などに違いが多いです。

食は辛いものが普通で、料理の種類は多く、飽きることは無かったです。

生活習慣に関して一番驚いたことは、昼食後に昼寝の時間を公にとることです。昼休みが３時間あり、誰に聞いても、昼食の後はホテルに帰って眠りなさいと言われました。昼休みが終わる前に少し早めに研究室に戻ると、研究室に残っていた学生はみな机につっぷして寝ていました。つっぷ寝用のクッションがあるようです。他の学生はそれぞれの寮に戻って寝るということでした。考えると、日本でも昼食直後の授業では寝ている学生が目立ちます。眠くても無理して活動を続けようとするよりは、きちんと昼寝をした方がその後の仕事や勉強効率が上がるかもしれないと思いました。現に昼寝後の学生は一度も机につっぷ寝することなく学習を続けていました。

洗った白衣を木の枝に干している図。

スーパーでは、魚は水槽の中に生きて売られている。

その一角には、普通に牛蛙が売られている…

これまで武漢に行かれた先輩方のお話の中で、武漢に行くと世界観が変わるとよく言われます。私の考えだと、世界観が変わるというより、日本以外の国の世界観に触れることで、日本の価値観を客観的に外の世界から眺めるという経験をすることができます。この感じを、留学を経験したことがない人に言葉で説明しようとしても伝わるものではないですが、武漢に限らず他の国への留学経験がある人には少し分かってもらえることではないかと思います。日本で常識とされていることが外国では必ずしも常識ではなく、日本の常識に外れないように形成されてきた自分の価値観も見直す機会になりました。

回転寿司にて、アナゴの蒲焼きのおにぎりのフライ…

例をいくつか挙げると、まず、中国に限らず外国では日本ほどあいさつに重きを置いていないことを知りました。日本では友達や職場など、自分の所属する集団に入って行くときにはほぼ必ずあいさつをするという実感があります。朝、教室でいつもの友人たちの輪の中に入っていくとき、職場に来たときに、おはようございますと挨拶をしないと、人間関係の距離感がよほど近くない限り少し不自然な感じがします。しかし武漢の研究室に朝来たとき、私は誰ひとりからも挨拶されず、逆に私が挨拶しようとしても目を合わ

武漢動物園にて、クジャクが静かに脱走している図。

ブラックスワンもいっぱいいました。

せようとしてくれませんでした。だからといって私が嫌われている訳でなく、昼食や遊びにも誘ってくれました。ですがあいさつが身についている私にとっては最初かなり戸惑いました。この経験から、日本社会で人間関係を潤滑にするためにあいさつがいかに大切な役割を果たしているかを再認識すると同時に、過度なあいさつは必ずしも必要ではないかもしれないという新しい考えを身につけました。

また、私が見習いたいと思った点は、思いやりの表現です。武漢で多くの先生方が私を食事に連れて行っていただいただけでなく、中にはその後何度も誘っていただいて観光などに一緒に行こうとしてくれた方も数人います。研究などで直接お世話になっていなくても、客人に暇をさせないようにしているかのようにおもてなししてくださって、そのような心は、他人との距離を大切にする日本ではなかなか表現することが難しいと思います。他人への思いやりでありながら日本では‘お節介’と言われそうなことを普通に行う社会は、とても素敵だなと感じました。

このようなカルチャーショックを感じる中で、これまでの自分の価値観ひとつひとつに対して、日本の常識に惑わされずに考え直すことができました。この経験は、何が良くて何が悪いのか、または良くも悪くもないことなのかという自分自身の基準を形成していく上での支えになってくれると思っています。

●<u>後輩へ</u>

正直言って、日本人は中国よりも遠い国に魅力を感じがちで、中国に行きたい、と言う人はあまりいないという実感があります。大気汚染や食、政治の問題などがよくメディアで取り上げられていて、あまり良い印象を持っていない人も多いと思います。しかし私は、中国に対するそういうマイナスイメージ以上に、武漢の人間の温かさに触れて、中国人の人間性に対するプラスイメージを抱いて帰ってきました。中国人は、あいさつはあまりしない習慣があるようですが、こちらからあいさつをすると、大変にこやかに返答してくれることが多いです。また、客人に対するおもてなしの心は日本以上だと感じました。メディアで中国人の温かい人間性について報道されることは少ないですが、中国では実際、素敵な人ばかりが暮らしています。私が今後の留学を考えている皆さんに一番伝えたいことは、中

国に対するそのような色眼鏡を取り除いて留学先を選択してほしいということです。

さらに、留学を考えている福島医大生にとって、武漢は留学しやすい場所だと強く感じました。武漢大学と福島医大の繋がりは強く、福島にいらしたことのある武漢の先生方は皆さん、私たちを歓迎してくれただけでなく、私の学習のサポートを快くしてくださいました。また私は、恥ずかしながら、これまで英語で生活した経験も無く、性格も筋金入りの人見知りで、留学に関してとても大きな不安を抱えていました。しかし一緒に留学してくれる仲間がいることと、福島医大からの留学生と毎年関わっている複数の学生の存在で、不安が勇気に変わり、さらに多くの人と関わることができました。ですので、留学はしてみたいけれど、まるっきり一人は少し不安という人には最適の選択肢としておすすめします。

以下は、武漢に留学することが決定した後輩向けに、ほんの少し事務的な情報をお伝えしようと思います。

・通信について

研究室では Wifi が飛んでいたため、outlook のメール、スカイプ、Line を使って日本の家族や友達とやりとりできました。ホテルでも Wifi が飛んでいました微弱で、iPhone や iPad を持っている友達は Wifi をキャッチしてなんとかネットワークに接続できましたが、私のアンドロイドのスマートフォンではほとんど接続出来ませんでした。ですが出国する前に日本であらかじめ海外旅行用のモバイル Wifi を借りてきていたので、ホテルや外出先でも問題ありませんでした。ただそれは使用量に制限があるので、電話をしたいときにはラボの Wifi を使っていました。ちなみに、暇な時間に Tecom のネット動画を見たいと思いましたが、サイトにアクセスできませんでした。中国ではネットの制限があることが有名ですが、出国前、今の中国国内で何ができて何ができないのかわからなくて、連絡手段として何が使えるのか分からず焦っていました。昨年の先輩は Line が使えたとおっしゃていましたが、今年はもうブロックされた、と聞いていたのです。結局、URL に Google と名の付くものはほとんど使えなかったです。Google 検索はもちろん、私のスマホの Play ストアが Google だったので、パソコンおんちの私はアプリもダウンロード出来ませんでした。Gmail も、履歴は見れましたが送信は出来ませんでした。ただ、私の@outlook.jp のアドレスと国外の人の@gmail.com のアドレスとの送受信はできました。Line、Facebook、Twitter も使えないのが一般的ですが、VPN をダウンロードすると使用できたようです。しかし無料の VPN はほぼアップル専用で、アンドロイドや Windows 用の無料 VPN がほとんどブロックされてしまっていたので絶望しましたが、私のアンドロイドは VPN 無しでも Line だけはなぜか使えました。私は使いませんでしたが、yahoo メールは使えるらしかったです。

・持って行って良かったもの

トラベル用ポット、水筒…ホテルの部屋にもポットはありますが、なんとなく汚い。ラボでもお湯は出ますが、不味い。学生は皆ラボのお湯を飲んでいました。 ラボ内は一応暖房が効いていますが、効きが悪くて寒かったです。

日中辞典…とっさの中国語のような薄い本もあると便利ですが、私は担当の教官から中国語の教科書を読むように言われたため、1つ1つの漢字の意味を調べるには電子辞書では足りなくて、紙の日中辞典が役に立ちました。

日本のお菓子…小分けになっているお菓子を持って行って、いろいろな人にあげました。非言語のコミュニケーションツールとして非常に役に立ちました。

●終わりに

最後に、今回の留学に関して、私の留学を許可し多くのアドバイスをくださった福島医大の先生方をはじめ、企画財務課の方々、特に國分さん、昨年留学された先輩方には大変お世話になりました。この場をお借りして深く感謝申し上げます。皆様のお力添えと武漢大学との繋がりのおかげで、私は大変有意義な4週間を過ごすことができました。武漢大学と福島医大の交流が今後も長く続いていくことを、心から願っています。

武漢大学医学部キャンパス内、図書館前広場にて。